|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Śniadanie** |  | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **Poniedziałek****14.10.19** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); filet wędzony z indyka; sałata; papryka; płatki kukurydziane na mleku (1,7) | ½ banana | Zupa z czerwoną soczewicą (9); kluski leniwe (1,3,7); surówka z marchewki i jabłka;woda z miętą, cytryną i miodem | Kisiel jabłkowy */wyrób własny/*;chrupki biszkoptowe |
| **Wtorek****15.10.19** | Chleb żytni z ziarnem lnu (1); masło (7); pasta z awokado; szynka swojska; ogórek kwaszony;kawa zbożowa (1,7) | winogrona | Zupa ziemniaczana (9);potrawka z kurczaka (1);kasza bulgur (1); surówka z pomidorów z cebulką;kompot śliwkowy | Grahamka (1 );masło (7); ser żółty (7); papryka;herbatka owocowa |
| **Środa****16.10.19** | Chleb razowy i wieloziarnisty (1); masło (7); ¼ jajka (3); kurczak gotowany; ogórek zielony; pomidor; płatki ryżowe na mleku (7) | ½ gruszki | Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9); pulpet cielęcy w sosie koperkowym (1,3); makaron penne pełnoziarnisty (1); surówka z białą kapustą; kompot wiśniowy | Serek homogenizowany z prawdziwą wanilią (7); chrupaki (1);marchewka do chrupania |
| **Czwartek****17.10.19** | Bułka wyborowa (1); masło (7); pieczony filet z indyka */wyrób własny/*; pomidor; rzodkiewka; kakao (7) | cząstka melona | Zupa ogórkowa z ziemniakami (7,9); strogonow (1); kasza gryczana niepalona; bukiet jarzyn (1,7); kompot wieloowocowy | Ciasto drożdżowe (1,3,7) */wyrób własny/*; herbatka malinowa;winogrona |
| **Piątek****18.10.19** | Chleb żytni (1); masło (7); hummus (11); krakowska podsuszana; ogórek zielony; owsianka na mleku (1,7)  | ½ jabłko | Zupa pomidorowa z brązowym ryżem (7,9); kotlecik z dorsza (1,3,4); ziemniaki; surówka z kapusty kwaszonej;kompot truskawkowy | Deser z galaretek;½ banana;chrupki kukurydziane |
| **Poniedziałek****21.10.19** | Chleb wieloziarnisty (1); masło (7); schab swojski; pomidor; ogórek kwaszony; płatki kukurydziane na mleku (1,7) | ½ banana; marchewka do chrupania | Krupnik z ziemniakami (9); naleśniki z serem, śmietaną i sosem truskawkowym (1,3,7);kompot wieloowocowy | Sałatka owocowa; pieczywo chrupkie (1) |
| **Wtorek****22.10.19** | Chleb orkiszowy (1); masło (7); pasta z białego sera i pomidora (7); kurczak gotowany; rzodkiewka; kawa zbożowa INKA (1,7) | cząstka melona | Żurek (1,3,7,9); kotlecik panierowany z indyka (1,3); ziemniaki; surówka z ogórka kwaszonego z cebulką;woda z miętą, cytryną i miodem | Grahamka (1);masło (7);dżem cukiniowy */wyrób własny/*;bawarka (7) |
| **Środa****23.10.19** | Chleb pszenny (1); masło (7); pasta jajeczna (3,7); krakowska sucha; papryka; sałata; płatki orkiszowe na mleku (1,7) | winogrona | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9); udko pieczone; ryż paraboiled; marchewka gotowana (1,7); kompot z owoców leśnych | Wafle przekładane z nutellą z cieciorki (1,3) */wyrób własny/*;½ banana |
| **Czwartek****24.10.19** | Chleb żytni (1); masło (7); szynka pieczona */wyrób własny/*; ogórek kwaszony; rzodkiewka; kasza manna na mleku (1,7) | cząstka pomarańczy | Koperkowa (7,9); gołąbki bez zawijania (1,3); ziemniaki;surówka z buraków;kompot wiśniowy | Babeczki serowe (1,3,7);½ jabłkaherbatka malinowa |
| **Piątek****25.10.19** | Chleb razowy i wieloziarnisty (1); masło (7); pasta z makreli z pomidorami (4); ser żółty (7); ogórek zielony; kakao (7) | ½ gruszki | Zupa fasolowa z ziemniakami (9); spaghetti bolognese z makaronem pełnoziarnistym (1); surówka z kapusty pekińskiej;kompot truskawkowy | Ciasto biszkoptowe (1,3,7) */wyrób własny/*;sok jabłkowo-gruszkowy |

 ŻYCZYMY SMACZNEGO ♥ Jadłospis może ulec zmianie !

***INFORMACJA***

***Alergeny i ich oznaczenie numeryczne wykorzystywane w jadłospisie:***

1. zboża zawierające gluten
2. skorupiaki i produkty pochodne
3. jaja i produkty pochodne
4. ryby i produkty pochodne
5. orzeszki ziemne (arachidowe)
6. soja i produkty pochodne
7. mleko i produkty pochodne
8. orzechy
9. seler i produkty pochodne
10. gorczyca i produkty pochodne
11. nasiona sezamu i produkty pochodne
12. dwutlenek siarki
13. łubin
14. mięczaki